



Одобрено  
Директор  
Дата 21 / 12 / 202 4



Утверждаю:  
Директор ООО "Комбинат питания"  
М.Н. Федотова  
Дата 21 / 12 / 202 4

Меню

Дата 21 / 12 / 202 4

День: пятница  
Неделя: 1 неделя  
Сезон:  
Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рец.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг									
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	Se (мкг)	F		
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.74	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00	
999	Яблоки свежие	100.00	7.80	0.40	0.40	9.80	52.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
779	Каша гречневая рассыпчатая с маслом(с 3-7 лет)№179	205.00	11.69	11.52	7.05	56.64	342.95	0.29	0.15	0.00	0.02	0.79	0.08	19.40	273.07	182.28	6.12	354.15	3.07	5.35	0.02	
401	Масло (порциями) М 14	10.00	11.48	0.08	8.26	0.08	76.80	0.00	0.01	0.00	0.04	0.10	0.15	2.40	3.00	0.00	0.02	1.50	0.00	0.10	0.00	
724	Какао с молоком М 382	200.00	11.20	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	206.36	9.00	2.00	0.03	

45,89

Обед

№ рец.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	Se (мкг)	F	
998	Жаркое под домашнему (1) М 259	200.00	41.44	15.03	18.97	21.31	242.15	0.11	0.08	8.11	0.13	3.27	0.00	16.09	76.57	30.55	1.26	527.52	6.38	0.54	0.00
736	Чай с лимоном М 377	200.00	2.58	0.16	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.88	2.72	0.52	16.28	98.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.64	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.87	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
739	Салат из белокочанной капусты М 45	100.00	4.41	1.48	5.08	8.98	88.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.98	15.42	0.54	236.70	2.87	0.25	0.01
715	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/5	255.00	17.77	5.64	9.02	16.91	164.44	0.10	0.06	7.54	0.28	2.41	0.00	21.40	74.65	28.25	0.97	345.25	4.85	2.24	0.00

70,95